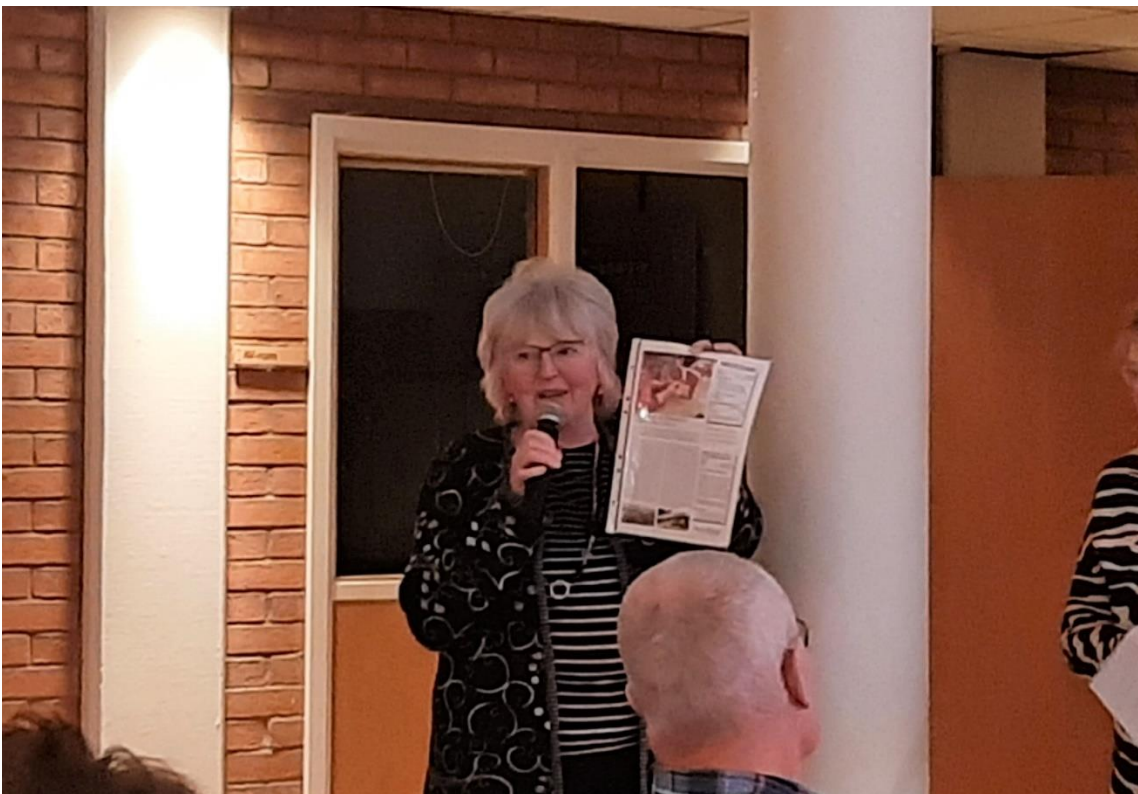


Aktivitetsmöte "Tonerna bara kommer – men varifrån" 9 mars 2023

Margaretha serverade juice till alla tappra som hade trotsat det moddiga väglaget efter gårdagens snökaos.



Resansvariga Ann påminde om resan till Dalarna i juni. Fler deltagare behövs om den ska bli av. Kontakta Ann på tel. 073-444 45 17 om du vill vara med.



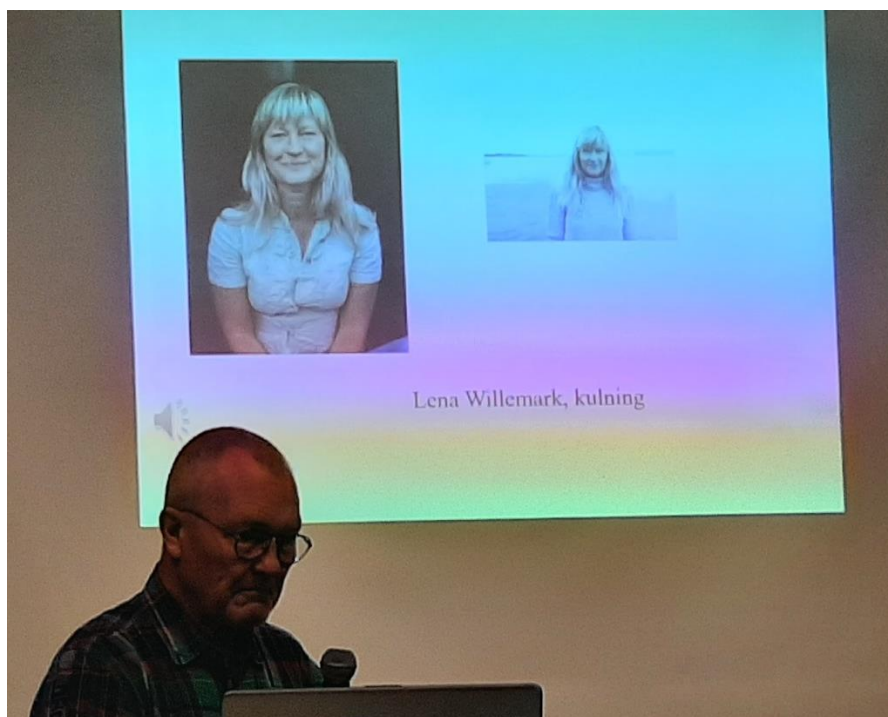
Röstfysiologi för unga äldre

- Hur blir rösten till?
- Hur är röstapparaten uppbyggd?
- Hur kan man beskriva röstprodukten?
- Hur förklara besvär i äldre dar?

Per-Åke Lindestad
Doc Foniatri

Rubriken på dagens föreläsning var "Tonerna bara kommer, men varifrån".

Det var Per-Åke Lindestad, Halsläkare och röstforskare som hade kommit för att berätta om människorösten, vårt fantastiska "instrument".

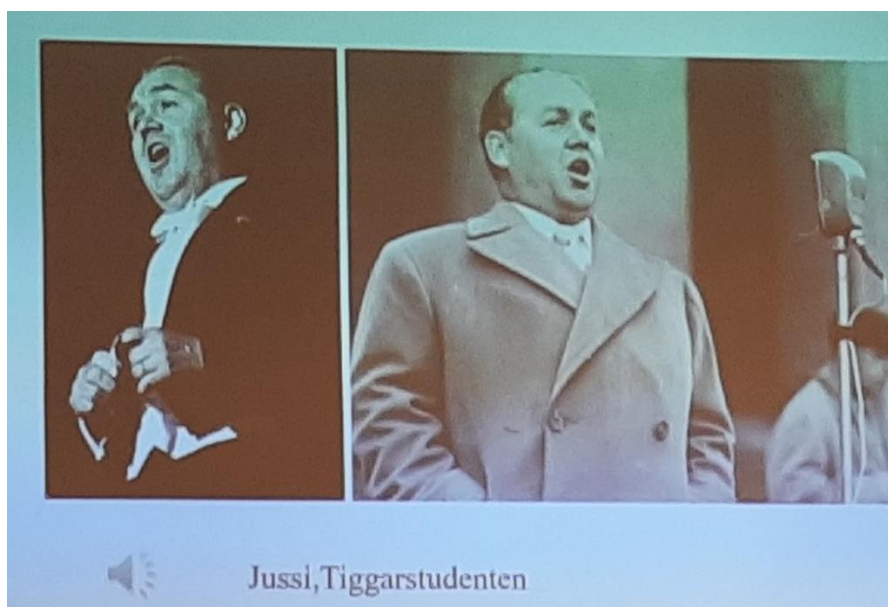


Han gav oss först två ljudillustrationer av olika sätt att använda rösten.

Först var det en "growlande", en sorts grov strupsång) från ett rockband av Heavy Metal-typ.

Därefter "kulning" en vallmusik på hög tonhöjd, från Lena Willemark.

Kanske man inte uppskattar den ena eller andra sortens ljud som rösten skapar.



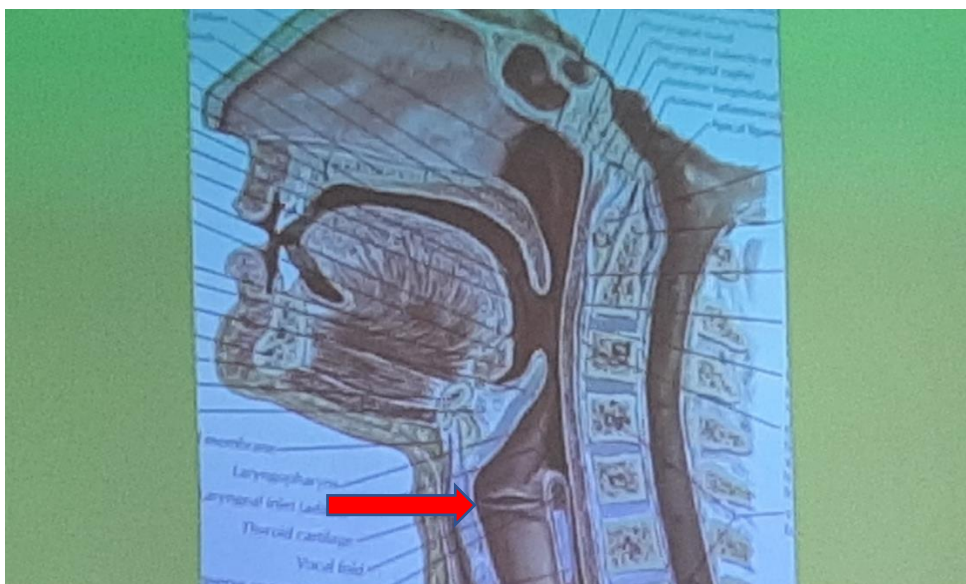
Många är nog däremot överens om att Jussi Björlings sätt att använda sin röst är njutbart.



Per-Åke gick sen igenom hur vårt röstorgan är uppbyggt.

Allmänt om rösten

- Blåsinstrument med vibrator och resonator
- Musikinstrument kan variera tonhöjd (vibrationsfrekvens), klang och ljudstyrka
- Rösten kan dessutom variera vokalfärger och lägga till språkljud och intonation



I den här genomsnittningen ser vi stämbanden som ett mörkt streck nertill i strupen

Stämbandnen (vecken, läpparna)

- Två fuktiga slemhinneveck utfyllda av en muskel med senig kant och ovansida
- Rörliga i sidled
- Läge, längd, spänning, sammanpressningskraft kan varieras



Det är stämbandnen som frambringar ljuden.



Per-Åke illustrerade bland annat med filmbilder på sina egna stämband och hur de rörde sig vid olika sorters ljud.

Vanliga orsaker till röstproblem

- Mycket slem
- Torra slemhinnor
- Infektioner
- Tunnare stämband
- Försämrad lungfunktion

Han fortsatte sen med att prata om förändringar, som kan orsaka att man tappar rösten eller får andra problem.

Vad är kritiskt för äldre?

Med åldern blir männens ytliga lager tunnare, vokalismuskeln lätt atrofisk, andelen elastiskt kollagen i ligamentet mindre, tonläget går upp.

Kvinnorna får ofta röstförändring i klimakteriet, tappar höjd, förlust av östrogen? Med åren sämre neurologisk styrning och ngt lägre röstläge. Oftare tremor.

Med stigande ålder kommer naturligt vissa förändringar.

De kan innebära att män får ett högre tonläge medan kvinnor får ett lägre.



Bakom honom på bilden här syns en kvinna som blivit känd för att hon kan sjunga med ett rikt register av polyfoniska övertoner (så kallad "halssång").



Per-Åke svarade slutligen beredvilligt på frågor.

Att Per-Åke verkligen behärskar sitt ämne blev helt klart.

Det var ett mycket informativt föredrag med rikligt med ljudillustrationer, vilket uppskattades av publiken.

Per-Åke avtackades med varma applåder och en chokladask.